

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Березка» с. Каликино
Добровского муниципального района Липецкой области**

Принята
на заседании педагогического совета
Протокол №1 от « 30 » августа 2023г.

Утверждаю
заведующий МБДОУ
детский сад «Берёзка» села Каликино
_____ О. И. Чичикина
Приказ № 13 от «30 » августа 2023г.

**Рабочая программа по образовательной области
«Физическое развитие»
к основной образовательной
программе дошкольного
образования
муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения детский сад «Березка» с.Каликино
Добровского муниципального района Липецкой
области в подготовительной группе на 2023-2024
учебный год**

Разработчики:
воспитатель Звягина Любовь Сергеевна
воспитатель Сметанникова Мария Васильевна

2023г.

Содержание

1.Содержание программы.....	3
2.Планируемые результаты освоение программы.....	4
3.Календарно-тематическое планирование.....	5
4. Содержание работы в совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах.....	17

1.Содержание программы

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)»

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Формировать представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Физическая культура

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

2. Планируемые результаты освоение программы

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни Самостоятельно выполнять доступные возрасту гигиенические процедуры. Соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

Физическая культура.

Выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).

Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в высоту с разбега—не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.

Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния А-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.

Уметь перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.

Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции. Следить за правильной осанкой.

Участвовать в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис/

**3.Календарно – тематическое планирование
Физическая культура**

Физическая культура в помещении

Дата	По факту	Тема	Содержание	Литература
05.09., 08.09. 2023г.		Занятие №1 Занятие №2	Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движения при переброске мяча.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа» соответствует ФГОС стр.9 стр.10
12.09., 15.09. 2023г.		Занятие №4 Занятие №6	Упражнять детей в равномерно беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставкой до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа» соответствует ФГОС стр.11 стр.13
19.09., 22.09. 2023г.		Занятие №7 Занятие №8	Упражнять детей в ходьбе и беге с чётким фиксированием поворотов; развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа» соответствует ФГОС стр.15 стр.16
26.09., 29.09. 2023г.		Занятие №10 Занятие №11	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа» соответствует ФГОС стр.16 стр.18
03.10, 06.10. 2023г.		Занятие №13 Занятие №14	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная

			на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	группа" соответствует ФГОС стр.20 стр.21
10.10., 13.10. 2023г.		Занятие №16 Занятие №17	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнении с мячом.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.22 стр.23
17.10., 20.10. 2023г.		Занятие №19 Занятие №20	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.24 стр.26
24.10., 27.10., 31.10. 2023г.		Занятие №22 Занятие №23 Занятие №23	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге враспынную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнения на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.27 стр.28
03.11., 07.11. 10.11. 2023г.		Занятие №25 Занятие №25 Занятие №26	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату; упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.29 стр.32
14.11., 17.11. 2023г.		Занятие №28 Занятие №29	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.32 стр.34
21.11., 24.11.		Занятие №31 Занятие №32	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между	Л.И.Пензулаева «Физическая культура

2023г.			предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазании под дугу, в равновесии.	в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.34 стр.36
28.11. 2023г.		Занятие №34	Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазании на гимнастическую стенку переход с одного пролёта на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.37 стр.38
01.12., 05.12. 08.12. 2023г.		Занятие №1 Занятие №1 Занятие №2	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге в рассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложнённой ситуации. Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.40 стр.41
12.12., 15.12. 2023г.		Занятие №4 Занятие №5	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторять упражнения в ползании и эстафету с мячом.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.42 стр.43
19.12., 22.12. 2023г.		Занятие №7 Занятие №8	Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.45 стр.46
26.12., 29.12. 2023г.		Занятие №10 Занятие №11	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по – медвежьей»; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.47 стр.48
09.01.,		Занятие №13	Повторить ходьбу и бег	Л.И.Пензулаева

12.01. 2024г.		Занятие №14	по кругу, ходьбу и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие.	«Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.49 стр.51
16.01., 19.01. 2024г.		Занятие №16 Занятие №17	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук ; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.52 стр.53
23.01., 26.01. 2024г.		Занятие №19 Занятие №20	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.54 стр.56
30.01., 02.02. 2024г.		Занятие №25 Занятие №26	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением задания. Закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча. Развивая ловкость и глазомер	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.59 стр.60
07.02., 09.02. 2024г.		Занятие №28 Занятие №29	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком; упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.61 стр.62
13.02., 16.02. 2024г.		Занятие №31 Занятие №32	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге, в метании мешочков, лазаньи нба	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.63 стр.64

			гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.	
20.02., 27.02. 2024г.		Занятие №34 Занятие №34	Упражнять в ходьбе в колонну по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа» соответствует ФГОС стр.65
01.03., 05.03. 2024г.		Занятие №1 Занятие №2	Упражнять детей в ходьбе между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа» соответствует ФГОС стр.72 стр.73
12.03., 15.03. 2024г.		Занятие №4 Занятие №5	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнения в прыжках, ползании; задания с мячом.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа» соответствует ФГОС стр.74 стр.75
19.03., 22.03. 2024г.		Занятие №7 Занятие №8	Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа» соответствует ФГОС стр.76 стр.78
26.03., 29.03. 2024г.		Занятие №10 Занятие №11	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа» соответствует ФГОС стр.79 стр.80
02.04.,		Занятие №13	Повторить игровое	Л.И.Пензулаева

05.04. 2024г.		Занятие №14	упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	«Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.81 стр.82
09.04., 12.04. 2024г.		Занятие №16 Занятие №17	Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.83 стр.84
16.04., 19.04. 2024г.		Занятие №19 Занятие №20	Упражнять детей в ходьбе в колонну по одному, в построении в пары(колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.84 стр.86
23.04., 26.04., 30.04. 2024г.		Занятие №22 Занятие №23	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.87 стр.88
03.05., 07.05., 2024г.		Занятие №25 Занятие №26	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стену.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.88 стр.89
10.05., 14.05., 2024г.		Занятие №28 Занятие №29	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.90 стр.91
17.05., 21.05., 2024г.		Занятие №31 Занятие №32	Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, по кругу; в ходьбе и беге враспынную; в метании мешочков на дальность, в	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа"

			прыжках, в равновесии.	соответствует ФГОС стр.92 стр.93
24.05., 28.05., 31.05. 2024г.		Занятие №34 Занятие №35 Занятие №35	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазаньи на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.95 стр.96

Физическая культура на прогулке

Дата	По факту	Тема	Содержание	Литература
07.09. 2023г.		Занятие №3	Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением; знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений; повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперёд.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.11
14.09. 2023г.		Занятие №6	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.14
21.09. 2023г.		Занятие №9	Упражнять в чередовании ходьбы и бега; развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.16
28.09. 2023г.		Занятие №12	Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражняя в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта».	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.18
05.10. 2023г.		Занятие №15	Упражнять детей в беге с преодолением	Л.И.Пензулаева «Физическая культура

			препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задания в прыжках.	в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.22
12.10. 2023г.		Занятие №18	Повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1, 5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.24
19.10. 2023г.		Занятие №21	Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.26
26.10. 2023г.		Занятие №24	Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.28
02.11. 2023г.		Материал для повторения	Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.29
09.11. 2023г.		Занятие №27	Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.32
16.11. 2023г.		Занятие №30	Закреплять навык бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.34
23.11. 2023г.		Занятие №33	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду

			высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом.	Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.36
30.11.2023г.		Занятие №36	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой ноге и левой ноге, огибая предметы; упражнять в выполнении заданий с мячом.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.39
07.12.2023г.		Занятие №3	Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять детей в продолжительном беге(продолжительность до 1, 5 минут); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.41
14.12.2023г.		Занятие №6	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.43
21.12.2023г.		Занятие №9	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; повторить задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.46
28.12.2023г.		Занятие №12	Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.48
11.01.2024г.		Занятие №15	Упражнять в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; ходьбе и беге враспынную; повторить	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа"

			игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке; провести подвижную игру «Два Мороза»	соответствует ФГОС стр.51
18.01.2024г.		Занятие №18	Провести игровое упражнение «Снежная королева»; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Весёлые воробышки».	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.54
25.01.2024г.		Занятие №21	Упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.56
01.02.2024г.		Занятие №27	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.60
08.02.2024г.		Занятие №30	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.62
15.02.2024г.		Занятие №33	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.64
22.02.2024г.		Занятие №36	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; Повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.66
29.02.2024г.		Занятие №3	Повторить упражнения в беге нам скорость,	Л.И.Пензулаева «Физическая культура

			игровые задания с прыжками и мячом.	в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.73
07.03. 2024г.		Занятие №6	Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.75
14.03. 2024г.		Занятие №9	Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.78
21.03. 2024г.		Занятие №12	Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.80
28.03. 2024г.		Занятие №15	Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.82
04.04. 2024г.		Занятие №18	Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.84
11.04. 2024г.		Занятие №21	Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.86
18.04., 2024г.		Занятие №24	Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа"

				соответствует ФГОС стр.88
25.04. 2024г.		Занятие №24	Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.88
02.05. 2024г.		Занятие №27	Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.90
16.05. 2024г.		Занятие №30	Упражнять детей ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.92
23.05. 2024г.		Занятие №33	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге враспынную; повторить задания с мячом и прыжками.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.93
31.05. 2024г.		Занятие №36	Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Подготовительная группа" соответствует ФГОС стр.96

**4.Содержание работы в совместной деятельности
воспитателя с детьми в режимных моментах.
Формы реализации Программы**

Виды детской деятельности	Формы организации образовательной деятельности
Двигательная.	Утренняя гимнастика.
	Оздоровительная гимнастика.
	Подвижные игры.

Упражнения.
Физкультминутки.
Соревнования
Досуги и праздники.
День здоровья.
Проектная деятельность.
Проблемная ситуация.

Методы и средства реализации Программы

Методы	Средства
<p>- Наглядно-зрительные – показ, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры.</p> <p>- Словесные – объяснения, пояснения, указания; подача команд, образный, сюжетный рассказ, беседа.</p> <p>- Практические – повторение упражнений без изменения и с изменениями; проведение упражнений в игровой форме.</p>	<p>- Физкультурное оборудование, инвентарь.</p> <p>- Эколого - природные факторы (солнце, воздух, вода)</p> <p>- Психологические факторы (гигиена сна, питания, здоровьесберегающие технологии</p>

Перспективное планирование

Формирование представлений о здоровом образе жизни.

Месяц	Тема	Содержание
Сентябрь	<p>Утренняя гимнастика.</p> <p>Бодрящая гимнастика. Физкультминутки.</p> <p>Беседа «Чистота и здоровье»</p> <p>Дидактические игры: «Правила гигиены»</p> <p>Сюжетно – ролевые игры: «Поликлиника», «Аптека».</p> <p>Чтение: Г. Зайцев «Уроки Мойдодыра», В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо»</p> <p>Кукольный спектакль по сказке К. Чуковского «Мойдодыр».</p> <p>Спортивные упражнения: «Попади в цель», «Сбей кегли».</p>	<p>Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.</p> <p>Формировать представление о значении личной гигиены для здоровья человека.</p>
Октябрь	<p>Утренняя гимнастика.</p> <p>Бодрящая гимнастика. Физкультминутки.</p> <p>Закаливающие мероприятия. Подвижные игры</p> <p>Рассматривание овощей и фруктов, составление описательных рассказов.</p> <p>Беседы: «Полезная пища», «Витамины и здоровье», «Питание необходимое условие для жизни человека», «О правильном питании и пользе витаминов»</p> <p>Дидактические игры: «Угадай на вкус», «Полезные и вредные продукты».</p> <p>Хороводная игра «огородная – хороводная»</p>	<p>Расширить представления детей о рациональном питании(объём пищи, последовательность её приёма, разнообразие в питании, питьевой режим).</p> <p>Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; Умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.</p>

	Игра – соревнование «Собери урожай»	
Ноябрь	<p>Утренняя гимнастика. Бодрящая гимнастика. Физкультминутки. Закаливающие мероприятия. Подвижные игры Беседа: «Здоровые зубы – здоровые дети», «Почему нужно лечить зубы?», «Как правильно нужно ухаживать за зубами» Игры: «Весёлый и грустный зубик», «Полезь и вред» Кроссворд «Как называются наши органы» Чтение: А. Антипов «Зубки заболели», В. Ланцетти «Все качается» Проблемная ситуация «Если не чистить зубы» Игры – эстафеты «Кто первым до флажка», «Собери и разложи» Игровые упражнения: «Ловкая пара», «пятнашки»</p>	<p>Познакомить со строением зубов методом самообследования. Уточнить знания о назначении зубов, об их функции. Познакомить детей с расположением зубов в ротовой полости, их названием и количеством.</p>
Декабрь	<p>Утренняя гимнастика. Бодрящая гимнастика. Физкультминутки. Закаливающие мероприятия. Подвижные игры Проектная деятельность «Зимние забавы». Игра – имитация «Мы – лыжники». Физкультминутки. Беседа «Что такое закаливание». Физкультурный досуг «Если хочешь быть здоров» Подвижные игры «Два мороза», «Летает – не летает», «Эй ловишка, выходи». Игровая проблемная ситуация «На улице зимой»</p>	<p>Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Формировать представления об активном отдыхе.</p>
Январь	<p>Утренняя гимнастика. Бодрящая гимнастика. Физкультминутки. Закаливающие мероприятия. Подвижные игры Беседы: «Сердце и сосуды», «Как устроена дыхательная система» Кроссворд «Какие внутренние органы вам известны?» Опыты: Наблюдение за работой сердца при разных физических нагрузках: лежа, сидя, в ходьбе, беге, прыжках. Моделирование: «Защити своё сердце»</p>	<p>Дать детям представления о крови и кровеносной системе. Развивать любознательность. Формировать способность анализировать результаты опытов.</p>
Февраль	<p>Утренняя гимнастика. Бодрящая гимнастика. Физкультминутки. Закаливающие мероприятия. Подвижные игры Беседа «Что такое профилактика». Игры – забавы: «Снежки», «Снежная крепость», катание с горки, катание на санках</p>	<p>Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.</p>

	<p>П.и.: «Два Мороза», «Ловишка» Индивидуальная работа «Катание на лыжах» Игра – имитация «Мы – лыжники», «Мы – фигуристы»</p>	<p>Формировать представления об активном отдыхе.</p>
Март	<p>Утренняя гимнастика. Бодрящая гимнастика. Физкультминутки. Закаливающие мероприятия. Подвижные игры Беседа «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» Игра: «Что? Где? Когда?» Экспериментирование: «От простой воды и мыла у микробов тают силы» Игровые упражнения: «Мяч водящему», «По местам», «Мяч от пола» Игры – эстафеты: «Пронеси – не урони» Спортивное упражнение «Попади в цель».</p>	<p>Расширить представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье. Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.</p>
Апрель	<p>Утренняя гимнастика. Бодрящая гимнастика. Физкультминутки. Закаливающие мероприятия. Подвижные игры Беседы: «Почему полезно заниматься физкультурой», «Мы дружим с физкультурой». Чтение: В. Радченко «Твой олимпийский учебник», С. Прокофьев «Румяные щеки», Дидактические игры: «Угадай вид спорта», «Где мы были мы не скажем, а что делали покажем». «День здоровья». Спортивные соревнования «Мы – олимпийцы». Игры с мячами, скакалками, обручами. Игры – соревнования: «Бег со скакалкой».</p>	<p>Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Формировать представления об активном отдыхе. Расширить представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.</p>
Май	<p>Утренняя гимнастика. Бодрящая гимнастика. Физкультминутки. Закаливающие мероприятия. Подвижные игры Спортивные игры: «Футбол», «Банбинтон» Спортивный праздник «Если хочешь быть здоров – закаляйся». Игры с мячами, скакалками, обручами. Беседы: «Глаза – главные помощники человека», «Как мы видим. Наши глаз» Д/И: «Почему у нас два глаза?», «Глаза могут не только смотреть» Кроссворд «Как мы всё узнаём?» Гимнастика для глаз Эксперимент: «Зачем человеку глаза?» Игровые упражнения: «Определи, где располагается»</p>	<p>Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Расширить представления об активном отдыхе. Расширить представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Расширить представления о роли солнечного света, воздуха и вода в жизни человека и их влиянии на здоровье.</p>